

Veesooned ja unetus

REPRO

LUGEJA KÜSIB

Inimesed räägivad, et veesoonte peal magada on kahjulik, see tekitab unetust ja haigusi. Keegi aga täpsemalt midagi ei tea. Vaevlen samuti unetuse käes.

Kuidas veesooned jooksevad? Kui laiad need on, kui suur on nende vahe, kas need jooksevad korrapäraselt?

Kas endal on millegagi võimalik veesoonte asukohta määrata? Kas tervisele on väga kahjulik, tekitades ka unetust, kui veesoon jookseb voodi alt läbi?

M. R.

Virumaalt

Geobioloogid väidavad, et koht, kus koer meelsasti magab, sobib ka inimesele.

MIRJAM TAMMEPUU

Vastab
TARGU TALITA

Targu Talitas kirjutas tervislikust magamiskohast 2007. aasta 16. augustil geobioloog Aleksander Brunfeld.

Ta kirjutab: "Hea unesaate sellises voodis, mille asukoht on kaitstud maa seest tulevate kiirguste, elektromagnetväljade, veesoonte energia, radooni, maa all oleva seisva vee jpm eest. Tervist kõige enam rikkuvat elektromagnetvälja nimetatakse Hartmanni võrguks. See kujutab endast nähtamatute maa sees asuvate kiirgavate seinte võrku."

Põhjast lõunasse suunduvate nähtamatute seinte vahe on umbes 2 meetrit ja idast läände minevatel 2,5 meetrit. Voodikoht peaks jääma selle ristküliku sisse. Hartmanni võrgu seinte ristumiskohad on tervisele

ohtlikud, kuna seal on kiirgusväli suur, väidab Brunfeld. Eriti paha on tema sõnul nende ristumiskoht sel juhul, kui seda läbib veel maa all oleva veesoone kiirgus.

Brunfeldi andmeil on Eestis endale tervisliku voodikoha leidnud vaid 7,5% elanikest. Kuid ta usub, et igas maakonnas leidub inimesi, kes suudavad leida ja näidata teile kätte tervisliku voodikoha.

"Kui teie vanemad on elanud 80–90 aastat vanaks ja maganud ühes paigas, võite julgelt seda voodikohta ka ise kasutada. Koer valib endale magamiseks neutraalse koha, kuid inimese ja koera proportsioonid on teised. Kassi magamispaik näitab, et teie seal magada ei tohiks," lisab Brunfeld.

Samas võib unetusel olla ka hoopis teisi põhjusi kui halb magamiskoht. Sellel teemal kirjutas 2008. aasta 11. detsembri Targu Talitas professor Naomi Loogna. Seal selgub näiteks, et unetus võivad põhjustada nii stress, tasakaalutu elurütm kui ka mitmed haigused.

■ Õigest voodikohast lugege täpsemalt TT nr 33, 16. august 2007.

■ Unetusest leiata teavet TT nr 50, 11. detsember 2008.



Peale iivelduse on kummelist abi ka köha, gripi, igeme-, suu-, neelu- ja peensoolepõletiku, mao-vaevuste, krooniliste haavade, hemorroidide ning küünealuste põletike vastu.

Kui iiveldab

Kas oskate soovitada taimravi iivelduse vastu?

MERJE

Põlvamaalt

Vastab
TARGU TALITA

Regulaarselt tarvitatuna aitab iivelduse vastu kummel. Kummelitee valmistamiseks valage 1 sl kummelit üle 1 tassi kuuma veega. Laske umbes 10 minutit tõmmata ja kurnake läbi. Jooge 3–4 tassi päevas.

Allikas: Anne Iburg, "Taimravi leksikon", Maalehe Raamat, 2004.